# AU ÎNCEPUT CONCURSURILE: CUM SCHIEM?

Concursurile desfășurate pînă acum pe Clăbucetul Taurului au produs o surpriză plăcută prin numărul mare al juniorilor talentați și destul de bine pregătiți. Această „avalanșă" de schiori tineri este rezultatul orientării federației de specialitate, precum și al preocupării comisiilor regionale și raionale, cluburilor și asociațiilor sportive, școlilor sportive. În acest sens, se poate spune că ne aflăm pe un drum bun și, pentru a sprijini ridicarea calitativă a actualilor juniori, vom face unele aprecieri de ordin tehnic și tactic, valabile de altfel și pentru seniori.

În general, schiorii sînt bine pregătiți fizic, cu o bună rezistență specifică, urmare firească a numărului mare de porți, manșe și kilometri parcurși în perioada precompetițională. Sub aspect tehnic și tactic, mai trebuie însă lucrat. Aceste componente ale pregătirii sînt esențiale pentru schi — sport de îndemînare — și se impune însușirea pînă la virtuozitate a tehnicii pure care trebuie executată relaxat în condiții de concurs. Tehnica și tactica pun în valoare calitățile fizice dobîndite spre realizarea obiectivului final al schiorului: eficacitatea. Această eficacitate se obține printr-o mare ușurință de execuție a unei game întinse de procedee tehnico-tactice automatizate, care dau posibilitate schiorului ca în timpul parcurgerii unei porțiuni a traseului să se detașeze de execuția propriu-zisă și de dificultățile porțiunilor respective. Schiorul alunecă cu „capul sus", privește cu două-trei porți înainte și se pregătește tactic pentru aceste porțiuni. El trebuie să aibă clarviziune, iar atenția este necesar să fie concentrată numai asupra problemelor de tactică, pentru obținerea economiei de timp și menținerea curbei ideale.

Concursurile desfășurate pînă în prezent au arătat că mai sînt schiori (mă refer la juniorii înscriși de cluburi și asociații și chiar la unii recent promovați în lotul republican) care nu știu „să meargă" pe schiuri ca un mijloc unic de alunecare pe zăpadă, indiferent de proba care se desfășoară (slalom uriaș sau slalom special), indiferent de starea pîrtiei (înghețată, moale, vălurită etc.). Și nu și-au însușit încă toată varietatea tipurilor de viraje care diferă în funcție de condițiile arătate mai sus. Ei se mărginesc doar la tehnica de bază a schiului care nu are însă răspuns pentru toate problemele pe care le ridică competiția. De aceea, consider că de acum înainte este necesară mai multă preocupare pentru problemele tehnico-tactice, fără a se neglija, bineînțeles, menținerea unui ridicat grad de pregătire fizică. Această pregătire tehnică trebuie să se axeze pe probe și să rezolve în mod diferențiat problemele de alunecare, ocolire și frînare, potrivit cu caracteristicile cursei.

*Pentru proba de slalom special* socotesc că este necesară o revedere a procedeelor cristianiei de slalom și cristianiei cu contraderapaj. Slalomul special este o probă a antrenamentului, a preciziei, a coordonării mișcărilor, în care fiecare viraj este condiționat și condiționează la rîndul lui pe următorul în funcție de o curbă ideală de alunecare și viteza maximă de parcurgere. Procedeele tehnice de mai sus permit un control judicios al vitezei în orice porțiune a traseului. La concursul de deschidere de la Predeal, prima manșă a cursei de slalom (aritmică, cu un grad de dificultate mai mare, cu viraje strînse, pe un traseu înghețat) a demonstrat valoarea acestor procedee. Cei care nu le-au folosit au căzut sau au derapat, pierzînd secunde prețioase.

Pentru menținerea unei curbe ideale, a devenit un lucru obișnuit pentru competitori ieșirea din viraj pe schiul interior, ceea ce se numește cramponarea sau agățarea pe schiul din deal, sau, într-o formă mai avansată, cristiania pe schiul interior.

Cînd un slalom este montat pe un traseu accidentat sau cînd, după un anumit număr de concurenți, traseul a fost „spart", schiorul trebuie să alunece într-o manieră uniformă prin hopuri și șanțuri prin „absorbirea" acestor denivelații, datorită jocului picioarelor — sistem de suspensie corporală — consecința unei supleți articulare și a relaxării musculare deosebite. Prin aceste calități, slalomistul capătă o sensibilitate deosebită a presiunilor, datorită căreia modifică permanent, pe cale reflexă, poziția relativă a schiurilor și a corpului, lăsînd impresia că se strecoară prin traseu.

*Proba de slalom uriaș* este o probă a fineții, a controlului permanent asupra conducerii virajelor, o probă a ocolirilor în viteză mare și de aceea trebuie folosite mijloace specifice: cristianii cu proiecție circulară, cristianii în poziție înaltă de căutare de viteză, virajele basculate, virajele cu pășire în deal pentru cîștigarea de înălțime, accelerările din bastoane la ieșirea din ocoliri etc.

Pentru ambele probe, înainte de start concurenții trebuie să cunoască bine traseul. Este necesară memorarea înlănțuirii porțiunilor și localizarea locurilor dificile. În timpul alunecării, trebuie căutată linia ideală de alunecare în viteză maximă printr-un derapaj cît mai îngust, controlat judicios de unghiul de cantare a schiurilor și poziția corpului. În virajele foarte repezi sau cu rază mare și deschisă, este indicată o poziție paralelă și apropiată a schiurilor. În virajele strînse, pe gheață, este indicată o poziție depărtată a schiurilor, spre a crea fiecărui picior o poziție independentă de mișcare și frînare. Înainte de start, concurentul trebuie să aleagă procedeele de tehnică pe care le va folosi în anumite porțiuni ale traseului. Startul trebuie adaptat temperamentului schiorului. Dacă este o fire combativă, nervoasă, este bine să parcurgă primele 4—5 porți într-o viteză inferioară celei de care este capabil, pînă va intra în ritmul cursei. Dacă este un sportiv emotiv, se recomandă o încălzire mai îndelungată înainte de plecare. În ocoliri, schiorul trebuie să urmărească o alunecare perfectă prin menținerea schiurilor pe lat în zăpadă moale și alunecoasă, pe bucle largi. Pe zăpadă tare, dură, trebuie să schieze pe muchii.

Fără a epuiza toate problemele ridicate de primele concursuri, considerăm că aceste rînduri au scos la lumină unele defecțiuni și vor ajuta la ridicarea măiestriei sportive a schiorilor noștri.

## Colțul specialistului

prof. **MIHAI BÎRA**
antrenor



O junioară talentată: Ioan Tomori (Universitatea Cluj)

Foto: A. Neagu

# actualitatea internațională

Corespondență specială pentru „Sportul popular"

## Dinamo București a debutat victorioasă în „C. C. E." la volei feminin

Prima întîlnire dintre echipa feminină de volei **Dinamo** București și formația italiană **Max Mara la Torre**, din cadrul „Cupei campionilor europeni" la volei s-a încheiat cu victoria scontată a voleibalistelor din România, care au învins, la Reggio Emilia, cu 3—0 (15—3, 15—1, 15—13). La meci au asistat peste 1 000 de spectatori, dornici să cunoască o echipă dintr-o țară care deține un loc de frunte în voleiul mondial.

În Italia, voleiul feminin este încă la primii săi pași și hotărîrea echipei emiliane de a participa la „C.C.E." a fost, fără îndoială, un gest de curaj, dar bine gîndit, deoarece jucătoarele italiene au astfel posibilitatea să cîștige o frumoasă experiență. Aceasta cu atît mai mult, cu cît știau că se vor întîlni cu **Dinamo** București, o echipă a cărei carte de vizită nu lasă nici o îndoială asupra frumoasei ei evoluții, pe care, de altfel, am și urmărit-o în meciul cu campioana Italiei.

Primele seturi au fost cîștigate de voleibalistele bucureștene la un scor ce scutește de orice comentarii. Ultimul set, în care formația Dinamo și-a utilizat mai ales rezervele, a fost mai echilibrat, ceea ce se reflectă în scorul strîns cu care s-a încheiat acest set.

Iată formațiile aliniate la fluierul arbitrilor Catanzaro (Italia) și Armășescu (România): **Max Mara la Torre**: Riva, Linder, Scaltriti, Tullo, Loffredo, Denti, Vellani, Mazzali, Guidici, Bolondi, Feretti, Manzini. **Dinamo**: Ivănescu, Iliescu, Bogdan, Ștefănescu, Vamoșiu, Vanea, Constantinescu, Nodea, Belgea, Gheorghescu, Șorban.

Returul va avea loc sîmbătă, 28 ianuarie, tot la Reggio Emilia. În continuare, dinamovistele vor juca luni 30 ianuarie la Bergamo, cu reprezentativa orașului, iar marți 31 ianuarie, la Modena, cu **Edizioni Panini**, care ocupă locul doi în campionatul italian.

Bologna, 26.I.1967.

**CESARE TRENTINI**

## BOBERII ROMÂNI ÎN AJUNUL CAMPIONATULUI EUROPEAN DE LA IGLS

IGLS, 26 *(prin telefon)*. Din cauza vremii nefavorabile, care a făcut ca pista „Olympia" să fie prea moale, programul antrenamentelor s-a modificat. De abia joi s-au efectuat primele coborîri controlate înaintea întrecerilor oficiale pentru titlul european la bobul de 4 persoane. S-au parcurs cîte două manșe cronometrate, echipajul nostru *(Panțuru + Hristovici + Maftei + Neagoe)* realizînd al 6-lea timp al zilei, în manșa a doua. Iată, de altfel, și cele mai bune timpuri în afară de al lor: *R. F. Germană V* (conducător *Wörmann*) 1:06.03, *Austria III* (*Kaltenberger*) 1:06.39, *R. F. Germană III* (*Maurer*) 1:06,78, Austria I (*Thaler*) 1:06,82, *R. F. Germană VI* (*Zimmerer*) 1:06,84. În general, echipajul nostru manifestă, în continuare, o formă bună, dîndu-ne speranța obținerii unui loc onorabil.

★

OBERHOF, 26. În localitate au început întrecerile din cadrul Spartachiadei de iarnă a armatelor prietene, cu disputarea cursei de schi fond 30 km. Iată primii 10 clasați: 1. *Gerhardt Klimmer* (R. D. Germană) 1h 42:18; 2. *Edward Butzy* (Polonia) 1h 42:27; 3. *Josef Ryszula* (Polonia) 1h 42:36; 4. *Vaclav Perino* (Cehoslovacia) 1h 43:51; 5. *Anatoli Laskin* (U.R.S.S.) 1h 44:01.

## Șahiști români peste hotare

BELGRAD, 26 (Agerpres). În runda a 11-a a turneului zonal de șah de la Vrnjacka Banja, marele maestru român Florin Gheorghiu a întrerupt partida sa cu Hamman. Ivkov l-a învins pe Vizantiadis și Barczay pe Byluap. Partidele Zuidema—Hindle, Fuchs—Kostro, Lengyel—Gunarsson și Pachman—Mohrlock s-au încheiat remiză. S-au amînat partidele Matanovici—Vacka și Jansa—Bobotov.

În urma acestor rezultate, pe primul loc în clasament a trecut marele maestru iugoslav Ivkov cu 7½ puncte, urmat de Matanovici cu 7 (1) puncte, Gheorghiu și Barczay cu cîte 6½ (1) puncte, Fuchs și Kostro cu cîte 6½ puncte etc.

★

BEVERWIJK, 26 (Agerpres). În runda a opta a turneului feminin reprezentanta României, Alexandra Nicolau a obținut o nouă victorie învingînd-o pe jucătoarea maghiară Eva Karakaș și ocupă în prezent locul doi cu 6 puncte, după Ala Kușnir (U.R.S.S.), care are 8 puncte.

## Recorduri mondiale omologate de F.I.A.

LONDRA, 26 (Agerpres). — Cu prilejul unei ședințe a federației internaționale de atletism, care a avut loc la Londra, au fost omologate noi recorduri mondiale. Printre recordurile omologate figurează performanțele realizate de Michel Jazy (Franța) — 2 000 m plat în 4:56,2; Ron Clarke (Australia) — 3 mile în 12:50,4; Gaston Roelants (Belgia) — 20 km în 58:06,0; Bob Seagren (S.U.A.) — 5,32 m la săritura cu prăjina; Ludvik Danek (Cehoslovacia) — 65,22 m la aruncarea discului; Gyula Zsivotski (Ungaria) — 73,74 m la aruncarea ciocanului; Irina Press (U.R.S.S.) — 10,3 la 80 m garduri.

## PE SCURT

ROMA. Președintele Comitetului internațional olimpic, Avery Brundage, a anunțat că luna viitoare va face o vizită la Florența. În cursul șederii sale la Florența, Avery Brundage va discuta cu primarul Piero Bergellini candidatura acestui oraș pentru organizarea J.O. din 1976. De asemenea, Avery Brundage va vizita bazele sportive din Florența.

FRANKFURT PE MAIN. Turneul internațional de handbal masculin desfășurat la Frankfurt pe Main a fost cîștigat de campioana Cehoslovaciei, echipa Dukla Praga, care a obținut trei victorii succesive: 18—2 cu Eintracht Frankfurt, 21—6 cu F.S.V. Frankfurt și 9—6 cu T.G. Sachsenhausen.

MONTEVIDEO. În campionatul de fotbal al Americii de Sud, reprezentativa Paraguayului a învins echipa Boliviei cu scorul de 1—0 (1—0). În cel de-al doilea joc selecționata Argentinei a dispus cu 5—1 (2—0) de Venezuela. Din cele cinci goluri ale învingătorilor, patru au fost înscrise de Artime.

MOSCOVA. La Riga a început un concurs internațional de atletism pe teren acoperit la care participă sportivi din Cehoslovacia, R. D. Germană, Olanda, Finlanda, Ungaria și U.R.S.S. Pentru prima oară în U.R.S.S., programul concursului a cuprins și proba de o milă care a fost cîștigată de sportivul maghiar Mecser cu timpul de 4:18.9, urmat de Arkadi Korneiciuk (U.R.S.S.) cu 4:22,4. Proba de săritură cu prăjina a revenit lui Altti Alarotu (Finlanda) care a trecut peste ștacheta înălțată la 4,70 m. Alte rezultate: 50 m — Lontadze (U.R.S.S.) 5,7; triplusalt — Zolotarev (U.R.S.S.) 15,63 m; 500 m femei — Milita Zagere (U. R. S. S.) 1:18.5.

FLORENȚA. Într-un meci profesionist contînd pentru campionatul european de box la categoria „muscă", italianul Fernando Atzori l-a învins la puncte, după 15 reprize, pe francezul Rene Libeer. Atzori este în vîrstă de 24 de ani, cu 8 ani mai tînăr decît fostul campion european Libeer.

## PE SCURT

VIENA. Săritorii cu schiurile de la trambulină își continuă pregătirile în vederea apropiatelor întreceri preolimpice de la Grenoble. La Klingental, pe primul loc (sărituri de 89,5 și 86 m) s-a clasat Horst Gueck. Campionul olimpic de la Innsbruck, finlandezul Kankkonen, a ocupat locul trei (85,5 m și 85 m). În concursul de la Le Brassus (Franța), victoria a revenit italianului Giacomo Aimoni (86 m și 83 m).

MELBOURNE. În turul trei al probei de simplu bărbați din cadrul turneului internațional de tenis de la Adelaida (Australia) s-au înregistrat următoarele rezultate: Bowrey (Australia)—Stilwell (Anglia) 6—3, 6—2, 7—5; Ashe (S.U.A.)—Coghlan (Australia) 6—1, 6—4, 6—0; Davidson (Australia) — Mc Manus (S.U.A.) 6—4, 6—2, 6—3.

CARACAS. În primul meci al turneului internațional triunghiular de fotbal de la Caracas, echipa F. C. Barcelona (Spania) a învins cu 1—0 (1—0) pe Penarol Montevideo. Unicul punct a fost marcat în minutul 35 de Seminario. Cea de-a treia echipă care participă la acest turneu este Botafogo (Brazilia).

KÖLN. Au început întrecerile campionatelor internaționale de tenis pe teren acoperit ale R. F. Germane. În proba de simplu bărbați a fost înregistrată o surpriză. Plötz (R. F. Germană) eliminîndu-l pe Beust (Franța) cu 13—11, 11—9. În competiția feminină, s-au înregistrat rezultatele: Ingrid Loefdahl (Suedia)—Rosemarie Darmon (Franța) 9—7, 3—6, 6—1; Ingrid Loeys (Belgia)—Gudrun Rosin (Suedia) 1—6, 6—3, 6—3.

MOSCOVA. Cu începere de la 31 ianuarie echipa de fotbal a U.R.S.S. va întreprinde un turneu de trei săptămîni în Iugoslavia. Antrenorul echipei Mihail Iakușin a declarat că în cadrul acestui turneu vor fi verificați 33 de selecționabili.

## PE SCURT

Redacția și administrația: str. Vasile Conta nr. 16, telefon 11.10.05, interurban 72 și 236. Telex: sportrom buc. 180. Tiparul: I. P. „Informația" str. Brezoianu 23—25.
PREȚUL ABONAMENTULUI: 1 lună: 6,50 lei; 3 luni: 19,50 lei; 6 luni: 39 lei; 1 an: 78 lei.